

# Manual



## Specificatii Trambulina:

- 6'(183 cm)  8'(244 cm)  10'(305 cm)  12'(365 cm)  13'(396 cm)
- 14'(427 cm)  15'(457 cm)  16'(488 cm)

## Arcuri:

- 36  48  60  64  72  80  88  90  96  100  110

## Picior:

- 3  4  5  6

**Păstrați cu atenție acest manual.**



Advertisement: Greutatea a utilizatorului, 6FT, 8FT, 50kg.

10ft,12ft,13ft,14ft,15ft,16ft:150 kg

Atenție: numai pentru uz casnic.

Avertizare: Trambulina este potrivită numai pentru utilizare în aer liber.

Advertisement: Trambulina nu este potrivită pentru a fi scufundată în pământ.

Atenție: Modificările utilizatorului, de pe trambulina originală (de exemplu montarea accesoriilor) pot fi efectuate numai în conformitate cu instrucțiunile producătorului.

Atenție: Plasa de siguranță trebuie înlocuită după 2 ani de utilizare.

Atenție: Asigurați-vă ca urechile sunt blocate corespunzător în timpul funcționării trambulinei.

Atenție: Trambulina trebuie instalată de cel puțin doi adulți în conformitate cu instrucțiunile de montaj și apoi verificată înainte de prima utilizare.

Atenție: Înainte de a sări, închideți întotdeauna deschiderea de intrare a plasei de siguranță.

Atenție: Este necesară supravegherea adulților.

Atenție: Purtați șosete sau pantofi cu talpa moale în timp ce utilizați trambulina.

Atenție: Nu utilizați trambulina atunci când covorul de sărituri este umed.

Atenție: Goliti buzunarele și mainile înainte de a sări.

Atenție: Întotdeauna se sare în mijlocul trambulinei.

Atenție: Nu mâncați în timp ce săriți.

Atenție: Trambulina nu trebuie lăsată sărind.

Atenție: Limitați durata de viață utilă. Luați o pauză regulată.

Atenție: Nu utilizați trambulina pe vânturi puternice și asigurați-o.



**Citiți cu atenție acest manual înainte de a utiliza pentru prima dată.**

**Citiți cu atenție acest manual înainte de a utiliza pentru prima dată. Trambulinele pot împinge utilizatorul în înălțimi nefamiliare, declanșând diverse mișcări ale corpului. Pentru a evita rănirea, este important să respectați întotdeauna instrucțiunile de siguranță de mai jos.**

## **Instructiuni de siguranta:**

- Copiii trebuie sa foloseasca trambulina numai sub supraveghere.
- Ne faceti salturi.
- Folositi trambulina numai atunci cand este uscata.
- Nu sari pe trambulina sau in jos, ci urcati in sus si in jos intr-un mod controlat si sigur.
- Nu utilizati trambulina sub influenta alcoolului sau drogurilor.
- Nu lasati copii sau animale de companie sub trambulina.
- Inainte de fiecare utilizare, verificati trambulina si asigurati-va ca este bine fixata capacul cadrului. Inlocuiti imediat partile uzate sau defecte.
- Acest manual contine instructiunile adecvate de setare, intretinere, precum si instructiuni de siguranta si tehnici corecte de sarituri. Asigurati-va ca toate persoanele vor citi cu atentie instructiunile de utilizare si va vor familiariza cu trambulina inainte de utilizare. Fiecare utilizator trebuie sa fie constient de propriile limitari in ceea ce priveste efectuarea anumitor sarituri pe trambulina.
- Trampoline mai mari de 51 cm nu sunt potrivite pentru copii sub 6 ani.

## **Locul de amplasare:**

Deasupra trambulinei trebuie sa existe cel putin o distanta de 7,30metri (24 picioare). Asigurati-va ca in directie orizontala, orice obiecte periculoase, cum ar fi crengi, alte obiecte de agrement(cum ar fi leagane, bazin de inot), cabluri de alimentare,ziduri,garduri,etc... Pentru a asigura utilizarea in siguranta a trambulina, va rugam sa retineti urmatoarele cand selectati o locatie:

- Asigurati-va ca pe o raza de 2,5 m, exista un spatiu liber in jurul valorii de trambulina. Aceasta zona nu trebuie sa contina suprafete dure, cum ar fi betonul, asfaltul sau caramizile.
- Trambulina trebuie instalata pe o suprafata ferma si uniforma.
- Folositi trambulina numai intr-o zona bine expusa.
- Persoana reponsabila trebuie sa instruiasca toti jumperii in utilizarea corecta a trambulinei si sa atraga atentia asupra tuturor pericolelor.
- Aceasta persoana ar trebui sa fie prezenta cu fiecare utilizare.

## Nerespectarea acestor instructiuni poate duce la raniri.

### Note generale despre utilizare

- In primul rand, trebuie sa va familiarizati cu sentimentul si sarirea trambulinei. Concentrati-va pe pozitia de baza si practicarea fiecare salt (salturi de baza) pana cand o puteti face usor si intr-un mod controlat
- Pentru a intrerupe un alt, indoiti genunchii greu inainte de a atinge covorasul. Ar trebui sa practicati aceasta tehnica atata timp cat invatati salturile de baza. Ar trebui sa utilizati aceasta tehnica de intrerupere de fiecare data cand pierdeti echilibrul sau controlati saltul.
- Invata mai intai cel mai usor salt si continua cu mult mai greu numai daca il conduci in mod corespunzator. Stapanesti un salt doar atunci cand sari din acelasi punct pe covor si revii din nou. Daca incercati urmatorul salt fara a stapani complet pe cel precedent, cresteti riscul de ranire.
- Evitati saltul pe trambulina pentru o perioada mai lunga de timp, deoarece poate duce la un risc mai mare de ranire. Sariti pentru o scurta perioada de timp si lasati pe altii sa se distreze. Niciodata nu sariti mai multe persoane in acelasi timp pe trambulina!
- Utilizatorii trebuie sa poarte haine corespunzatoare. Nu purtati incaltaminte cu taluzuri dure, deoarece acest lucru va duce la uzura excesiva a covorasului de sarituri.  
Nu trebuie sa mancati, sa beti sau sa fumati in timpul utilizarii. De asemenea, nu ar trebui sa aveti guma de mestecat sau alte dulciuri in timp ce sariti, in gura!
- Trebuie intotdeauna sa porniti si sa opriti trambulina in mod corespunzator pentru a evita ranirea. Ridicati-va in siguranta, tinand o mana pe cadru cu mana si fie trecand peste covor sau ruland pe covor. Nu urcati niciodata direct pe marginea de protectie sau tineti-o pentru a ruland pe covor. Nu urcati niciodata direct pe marginea de protectie sau tineti-o. Pentru a cobori in siguranta, mergeti pe partea laterala a trambulinei, tneti-o cu o mana pe cadru si cu o mana sprijiniti-va de covorasul de la sol. Copiilor mici trebuie ajutati sa mearga.
- Nu sari usor pe trambulina, deoarece creste riscul de ranira! Cheia pentru siguranta si distractie pe trambulina este controlul si stapanirea salturilor individuale. Nu incercati sa va departati la inaltime! Nu sari niciodata pe trambina atunci cand esti singur.
- Consultati un medic inainte de orice activitate fizica. Categoriile de accidente

## Categorii de accidente

- Pornirea si oprirea: Aveti mare grija nacd porniti sau opriti trambulina. NU lua pe trambulina prin apucarea marginea de protectie, sau sarind de la un alt obiect pe trambulina (z. B.acoperis sau scara). Acest lucru creste riscul de ranire! NU sariti de pe trambulina si aterizati la sol, indiferent de starea solului. Copiii mici ar trebui ajutati cu urcusul si coborarea.
- Alcool si droguri: Nu utilizati trambulina cand sunteti sub influenta alcoolului sau a drogurilor!
- Jumperi multipli: Daca sari cum ai multe persoane in acelasi timp pe trambulina, cresteti riscul de ranire! Poate cadea de pe trambulina, pierdeti controlul, ciocniti cu un alt jumper sau aterizati pe sol. Numai un jumper in acelasi timp!
- Teren pe arcuri: Intotdeauna stati in mijlocul covorului cand sariti pe trambulina. Acest lucru reduce riscul de a fi ranit de un accident pe cadru sau arcuri. Asigurati-va ca marginea de protectie acopera intotdeauna cadrul. Nu sari niciodata si nu patrundeti pe marginea de protectie deoarece nu este proiectat sa poarte greutatea unei persoane.
- Pierderea controlului: nu incercati manevre dificile daca nu ati invatat complet pe cel precedent sau daca sunteti incepator. In caz contrar, creste riscul pe rama, arcurile sau terenurile din afara trambulina si sa fie ranit de acesta. Uns alt controlat se caracterizeaza prin faptul ca aterizati in acelasi punct din care ati sarit. Daca pierdeti controlul, indoiti genunchii greu cand aterizati. Acest lucru va opreste saltul si va recastigi controlul.
- Salturile: Nu efectuati salturi de nici un fel (nici inainte, nici inapoi). Daca faceti o greseala in timp ce faceti un salt gresit, va puteti rani grav prin aterizare pe cap sau pe gat.
- Obiecte straine: Asigurati-va ca nu sunt copii, animale de companie sau obiecte aflate sub trambulina. In caz contrar exista un risc crescut de accidentare. Nu tineti nimic in mana in timp c eil folositi si nu asezati obiecte pe trambulina, in timp ce alti oameni sara pe ea. De asemenea, asigurati-va ca exista peste trambulina copaci, crengi, fire sau alte obiecte, deoarece aici exista un risc crescut de accidentare.
- Intretinerea insuficienta a trambulinei: o trambulina in stare proasta creste riscul de ranire. Verificati trambulina inainte de fiecare utilizare pentru tuburi indoite din otel, un purtat mat arc, arcuri slabita sau rupte si stabilitatea generala a trambulina.

- Conditii meteorologice: Retineti conditiile meteorologice cand faceti salt. Daca covorul este umed sau ud, jumperul poate aluneca si se poate rani: in vanturi puternice, jumperul poate pierde controlul atunci cand sarind. 5 indicii la accident.

### **Sugestii pentru reducerea riscului de accidente:**

- **Rolul saritorului in prevenirea accidentelor Cheia este aceea de a controla salturile**

Nu efectuati manevre complicate si dificile inainte de a stapani salturile de baza simple. Instruirea este foarte importanta si cheia sigurantei. Cititi, intelegeti si respectati toate instructiunile si avertismentele de siguranta inainte de a utiliza trambulina. Intr-un salt controlat, aterizati in acelasi punct din care ati sarit. Pentru instructiuni suplimentare de siguranta, contactati un instructor trambulina certificat.

- **Rolul supraveghetorului in cadrul inspectorilor de prevenire a accidentelor trebuie sa inteleaga si sa aplice toate instructiunile de siguranta!**

Este responsabilitatea supraveghetorului de a oferi tuturor utilizatorilor sfaturi si instructiuni competente. Cu exceptia cazului in care un tutore este disponibil,, trambulina trebuie sa fie arimata si dezasamblata intr-un loc sigur pentru a impiedica utilizarea neautorizata. Supraveghetorul este, de asemenea, responsabil pentru plasarea insignei de siguranta pe trambulina si pentru informarea jumperilor despre aceste avertismente si instructiuni.

### **Instructiuni de siguranta pentru trambulina.:**

#### **Springer**

- Nu utilizati trambulina daca ati utilizat alcool sau droguri
- Indepartati toate obiectele ascutite si ascutite si ascutite (inclusiv bijuteriile) inainte de a utiliza trambulina.
- Inceperea si oprirea trebuie sa se faca intotdeauna cu atentie si intr-o maniera controlata.
- Invatati si stapaniti sariturile sariturile de baza inainte de a efectua sarituri mai complexe. Examinati sectiunea Tehnici de baza pentru a va asigura ca faceti sariturile de baza corect.
- Pentru a intrerupe un salt, indoiti genunchii greu cand va asezati picioarele pe covor.
- Intotdeauna ramaneti in control atunci cand sariti pe trambulina. Un salt este controlat daca aterizati in acelasi punct din care ati sarit. Daca simtiti ca pierdeti controlul, opriti saltul imediat.

- Nu sari prea mult timp.
- Intotdeauna pastrati-va ochii pe covor. In caz contrar, riscati sa pierdeti echilibrul sau sa va controlati.
- Nu trebuie sa fie mai mult de o persoana pe trambulina.
- Trebuie sa existe intotdeauna un supervizor la utilizarea trambulinei.

### **Supervizori:**

Familiarizati-va cu pasii de baza si instructiunile de siguinta. Pentru a reduce riscul de ranire, asigurati-va ca toate instructiunile de siguranta sunt respectate si ca Sringer sa invete mai intai salturi de baza inainte de a continua cu salturi avansate.

- Toti jumperii trebuie sa fie supravegheati, indiferent de calificarea pe care o aveti sau ce varsta sunteti.
- Nu utilizati trambulina daca este umeda sau umeda, murdara sau uzata. Trambulina trebuie verificata inainte de fiecare utilizare. Indepartati orice obiecte care pot aparea in calea jumperului de pe trambulina. Acordati intotdeauna atentie la ceea ce este deasupra, langa si sub trambulina.
- Pentru a evita utilizarea nesupravegheata sau neautorizata, trambulina trebuie depozitata in siguranta atunci cand nu este utilizata.

### **Lectii:**

Urmatoarele exercitii sunt menite sa invete tehnicile de baza si salturi de baza inainte de a continua cu salturi mai complicate si dificile. Inainte de a intra si de a folosi trambulina, cititi si intelegeti toate instructiunile de siguranta. Tehnica corporala si instructiunile pentru utilizarea trambulinei trebuie sa fie pe deplin discutate si efectuate intre supraveghetor si jumper.

#### **Lectia 1**

- A.Urcare si coborare-Demonstratie si practica C. Franarea ( a se vedea salturi)
- B.Demonstrarea tehnicilor adecvate.
- C. Lent (vedeti salturile)-Demonstratie si exercitiile fizice. Aflati decelerarea controlata.
- D.Maini si genunchi-Demonstratie si exercitii.Trebuie sa se puna accentul pe autorizarea tuturor celor patru si pe coordonare.

#### **Lectia 2**

- A. Repetarea lectiei 1.
- B. Sarirea genunchiului-Demonstratie si exercitiu. In primul rand, indoiti genunchii si repuneti-va din nou inainte de a va intoarce o jumătate de viraj spre stanga sau spre dreapta.

- C. Salt sezut- Demonstratie si exercitii. Mai intai invatati saltul simplu al scaunului. Apoi adaugati la uns alt de genunchi si o mana si genunchi. Se repeta. apoi adăugați un salt la genunchi și o mână și un salt la genunchi. Se repetă.

### Lection 3

- A. Se repeta si practica tehnicile din lectiile anterioare
- B. Burta salt- Pentru a evita arsurile trebuie invatat saltul burta, toti cursanti ar trebui sa ia mai intai pozitia predispus (fata la sol) instructorul poate apoi sa corecteze posturile care pot duce la rani potentiale.
- C. Incepeti cu o mana si genunchi a sarii, lasa corpul apoi in pozitia predispusa de aterizare pe saltea si apoi din nou.

### Lection 4

- A. Repetati si exersati tehnicile din lectiile anterioare.
- B. o jumătate de tură: Incepeti cu pozitia inclinata si cand atingeti covorul, impingeti bratele spre stanga sau spre dreapta si intoarceti-va capul si umerii in aceeasi directie.

Asigurati-va ca ramaneti paralel cu covorul in timp ce va intoarceti si tineti capul in sus.

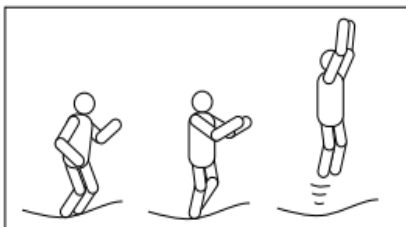
Dupa terminarea rotatie, aterizati in pozitie inclinata.

Dupa terminarea acestor lectii, jumperul are cateva cunostinte de baza despre salturile de trambulina . Jumperii ar trebui sa fie incurajati sa isi dezvolte propriile secvente de sarturi, cu un accent deosebit pe forma si control. Urmatorul joc poate fi folosit in acest scop. Primul jucator incepe cu o manevra. Jicatorul 2 trebuie sa repete manevra si sa adauge un al doilea. Jucatorul doi repeta primele doua manevre si adauga in al treilea. Este foarte important sa faceti manevrele intr-o maniera controlata si sa nu incercati sari dificile pe care inca nu le stapaniti.

Un instructor de trambulina certificat ar trebui consultat pentru a va dezvolta in continuare abilitatile.

Salturi de baza pentru trambulina:

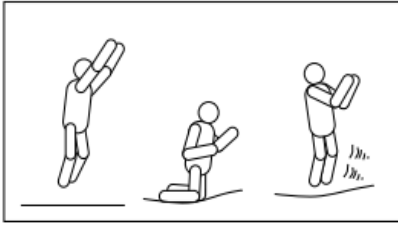
Salta de baza



- a. Incepeti de la nivelul picioarelor, in pozitie verticala, cu capul in pozitie verticala si priviti la mata.
- b. Indoiti-va bratele inainte si apoi in miscare circulara.
- c. Puneti picioarele in aer si indreptati-va cu varfurile.
- d. Tineti-va picioarele la umar cand va asezati pe covor.

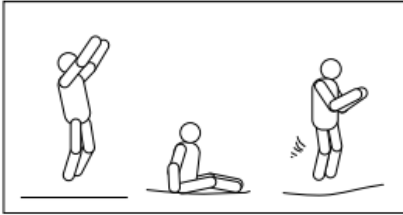


### Genunchiul

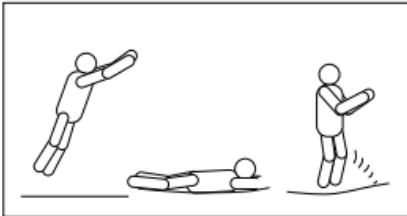


- a. Incepeti cu uns alt plat intins.
- b. Limita pe genunchi, tineti spatele si corpul in pozitie verticala si foloditi-va bratale pentru a va mentine echilibrul.
- c. Saltand inapoi in pozitia initiala prin rotirea bratelor.

### Sari scaun

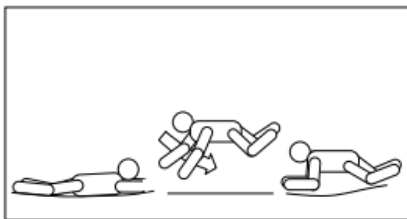


1. Terenul se afla intr-o pozitie plat.
2. Sustine-te cu mainile de langa solduri.
3. Impingeti-va cu mainile si intoarceti-va in pozitie verticala.



1. Incepeti cu un alt scazut.
2. Aterizarea se face in pozitie predominanta (cu fata in jos) cu picioarele si mainile intinse.
3. Impingeti-va bratele de covor pentru a reveni la pozitia in picioare.

### 180 ade salt



1. Incepe sa te rotesti in pozitia de salt abdomen
2. Puneti mana stanga sau dreapta (in functie de directia in care doriti sa te rotesti)
3. Capul si umar in aceeasi directie si Paralel cum ata.
4. Inclinati-va in pozitie verticala impingand-va cu mainile si bratele.

## Instructiuni de montaj

### Instrumente:

Tot ce aveti nevoie pentru montaj este o unealta pentru fixarea arcurilor. Acest instrument este deja inclus in livrare. Trambulina poate fi usor dezamblata si depozitata. Cititi cu atentie instructiunile inainte de a va instala. Va recomandam sa construiti produsul cu cel puțin doua persoane.

**Inainte de construcție:**

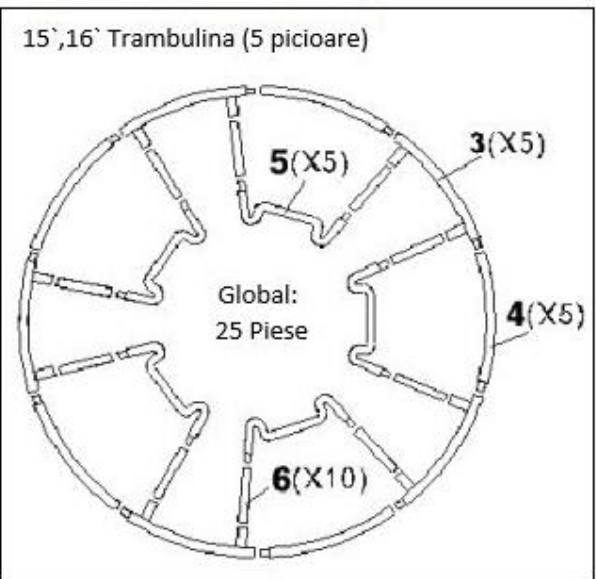
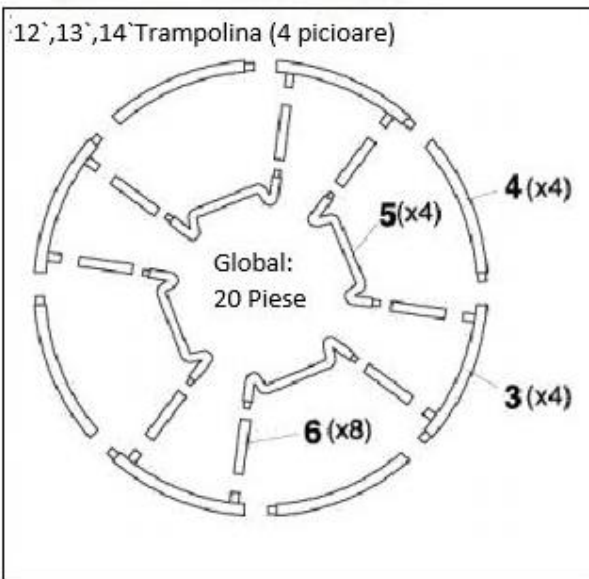
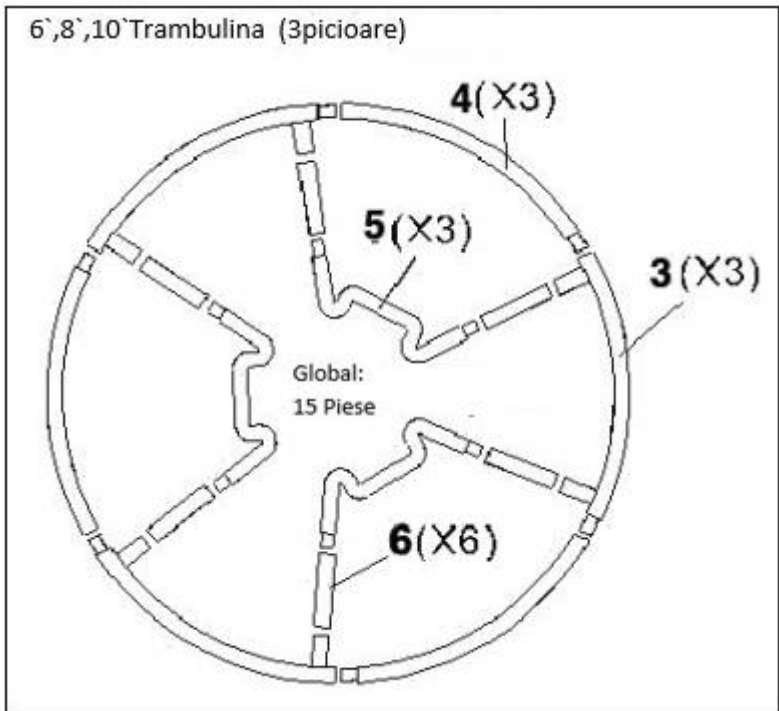
Asigurați-va ca toate piesele listate mai jos sunt incluse in livrare. Purtați manuși in timpul construcției pentru a preveni ranirea.

**Lista de piese de:**

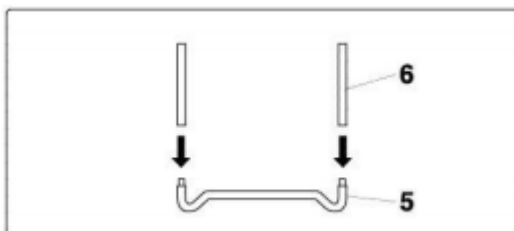
Nr.	Teilenr.	Denumire	6'	8'	10'	12'	13'	14'	15'	16'	
1	HJ809-28	Trambolina mat	1	1	1	1	1	1	1	1	
2	HJ810-28	Rand protectie	1	1	1	1	1	1	1	1	
3	HJ812	Sectiunea transversala cu picioare	3	3	3	4	4	4	5	5	
4	HJ813	secțiune transversală	3	3	3	4	4	4	4	4	
5	HJ804	Picior de baza	3	3	3	4	4	4	5	5	
6	HJ805	Extensie verticală pentru picioare	6	6	6	8	8	8	10	10	
7	HJ811-28	Arcurii galvanizate	36	48	60	72	80	88	100	100	
8	HJ807	Nota de siguranta	1	1	1	1	1	1	1	1	
9	HJ808	Instrument pentru tensiunea arcului	1	1	1	1	1	1	1	1	

**Instructiuni de montaj:**

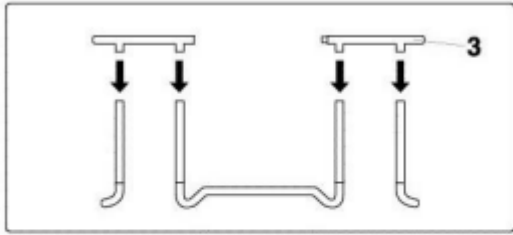
**Pasul 1-** Rama de asamblare Pentru montarea cadrului sunt necesare un numar de 15-25 de cadre. Toate piesele cu acelasi numar sunt interschimbabile. Pentru a conecta piesele, glisati pur si simplu partea inferioara a partii de teava in partea mai larga a celeilalte parti.



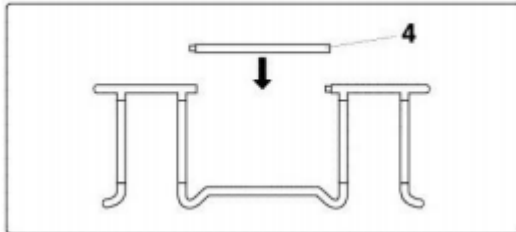
Pasul 2-Picioarele de montaj



- A. Impingeti extensiile piciorului (Ref-6) pe picioarele picioarelor (REF-5) vezi Fig. Pasul 3 – Montarea cadrului superior



A. Acest pas trebuie facut cu doua persoane. O persoana ridica piciorul de la pasul 2 intr-o pozitie verticala in picioare si introduce o extensie verticala a piciorului in mansonul unui stalp cu mansoane de stalpi (3). Cealalta persoana detine celalalt capat si pune un alt picior in parte ca in imagine. Ar trebui sa aveti acum o sectiune transversala cu maneci, pe care sunt atasate doua picioare. Procedati in acelasi mod cu celelalte parti incrucisate cu mansoane pentru picioare (3)



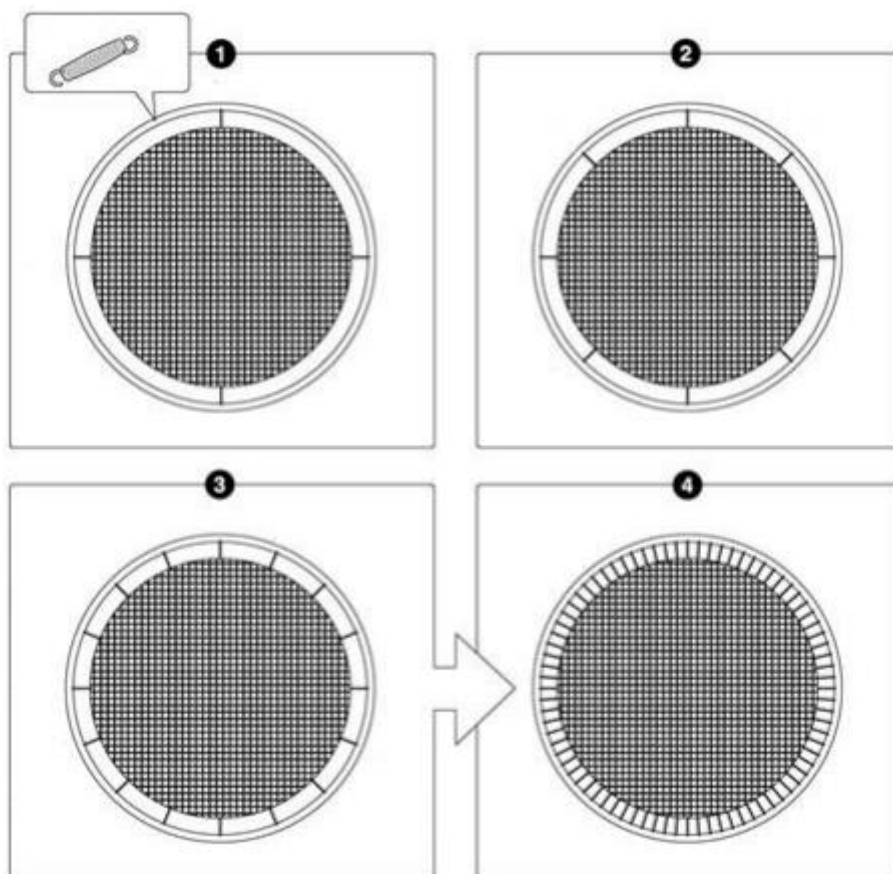
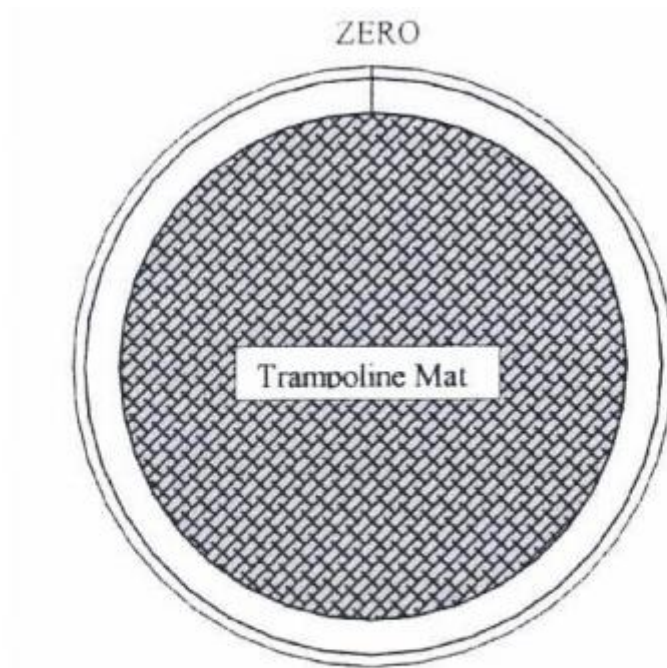
B. Acum asezati celelalte patru bucati incrucisate (4) in spatiile dintre extensiile verticale ale piciorului, introducandu-le in gauri, asa cum se arata in stanga.

#### Pasul 4 – Montarea trambulinei

- ATENTIE-Nerespectarea acestor instructiuni poate duce la deteriorarea arcurilor si la deformarea arcului.
- Arcurile ar trebui atasate conform instructiunilor de mai jos.
- Asigurati-va ca toate penele sunt indreptate in jos.
- Asigurati-va ca toate avertismentele sunt indreptate in sus.
- Carligele de primavara trebuie introduse ferm in deschiderile ramei.

A. Asezati covorasul de trambulina (1) in interiorul cadrului incrucisat.

One

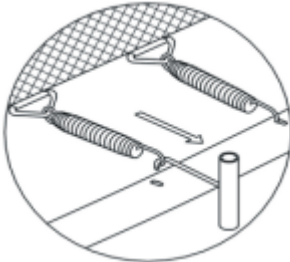


## 2. Instructiuni pentru tensiunea de primavara

ATENTIE – Purtati manusi de lucru pentru a va proteja mainile.  
Utilizati unealta de tensionare furnizata pentru arcuri. (REF-9)

3. Tineti si alinati arcul astfel incat carligul arcului sa fie la acelasi nivel cu deschiderea de pe cadrul din otel.

4. Utilizati scula speciala pentru a trage arcul spre rama din otel, dupa cum se arata mai jos. Lasati carligul in deschiderea ramei pana cand este complet cuplat.

<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Aveti grija sa nu va prindeti degetele.</b></li><li>• <b>Purtati manusi de protectie pentru protectie</b></li><li>• <b>Asigurati-va ca arcurile sunt uscate in timpul instalarii.</b></li></ul>	
--	--

B. Selectati numarul de arcuri.

C. Selectati orice punct de pe cadrul incrucisat.

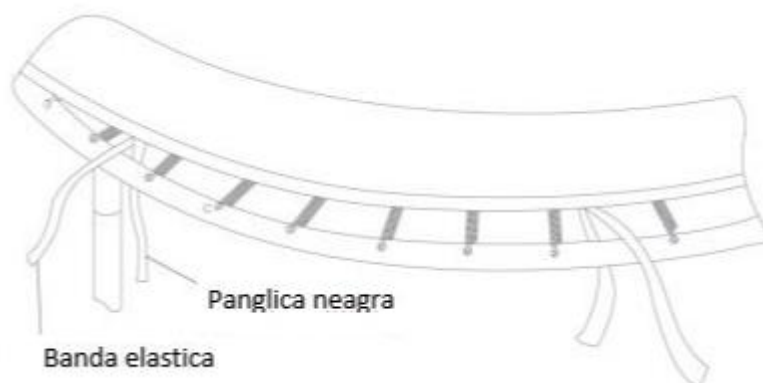
Atasati arcul (REF-7) in directie si unghi la rama principala asa cum se arata.

D. Aveti grija sa nu omiteti patine sau gauri in cadru.

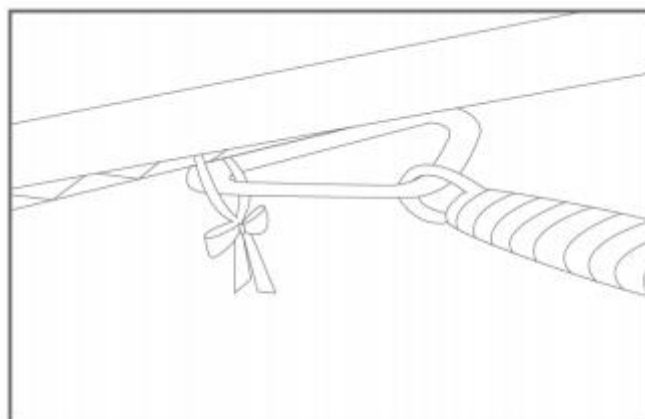
**Pasul 5-** Montarea marginii de protectie

**ATENTIE: Nu utilizati niciodata trambulina fara margini de protectie. Asigurati-va ca marginea de protectie este bine legata inainte de a utiliza trambulina!**

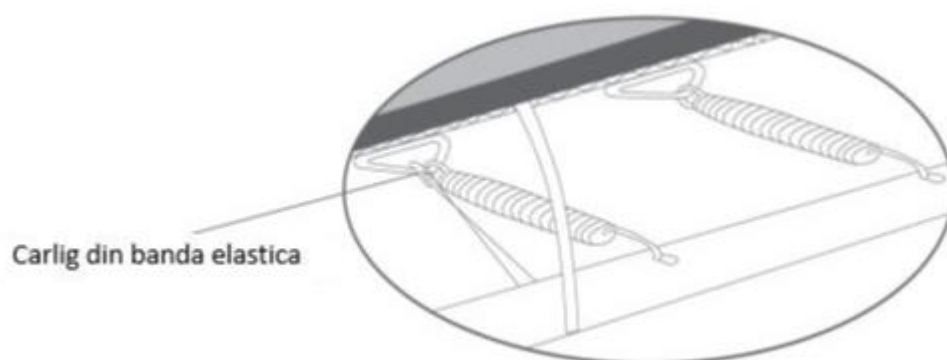
A. Asezati marginea de protectie (REF-2) pe cadrul superior pentru a acoperi arcurile si cadrul superior.



B. Indreptati banda neagra cusuta la marginea interioara a capacului de margine la orificiul triunghiular.



C. Trageți banda elastică în jurul cadrului exterior și fixați-o în orificiul triunghiular.



Nota:

- Nu utilizați trambulina dacă nu este atașat capacul de margine. Atașați capacul corect înainte de fiecare utilizare.
- Verificați dacă capacul de margine este corect atașat la cadru și acoperă cadrul și toate penele înainte de a utiliza trambulina. Nu utilizați trambulina dacă lipsesc sau sunt deteriorate orificiile de primăvară sau triunghiulare.

## Asamblare plasa de sigurant

### Lista de piese

Nr.	Bezeichnung	6`	8`	10`	12`	13`	14`	15`	16`
1	Teava A	6 buc	6 buc	6 buc	8 buc	8 buc	8 buc	10 buc	10 buc
2	Teava B	6 buc	6 buc	6 buc	8 buc	8 buc	8 buc	10 buc	10 buc
3	Surub	12 buc	12 buc	12 buc	16 buc	16 buc	16 buc	20 buc	20 buc
4	Piulita fluture	12 buc	12 buc	12 buc	16 buc	16 buc	16 buc	20 buc	20 buc
5	Plasa	1 buc	1 buc	1 buc	1 buc	1 buc	1 buc	1 buc	1 buc
6	Distantiere	12 buc	12 buc	12 buc	16 buc	16 buc	16 buc	20 buc	20 buc
7	Capac cu surub	12 buc	12 buc	12 buc	16 buc	16 buc	16 buc	20 buc	20 uc

#### 1. Teava A



#### 2. Teava B



#### 3. Surub



#### 4. Piulita fluture



#### 5. Plasa



#### 6. Distantier



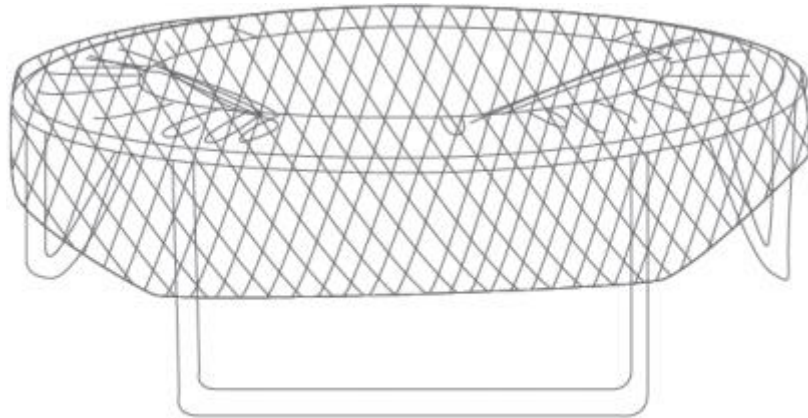
#### 7. Capacul surubului



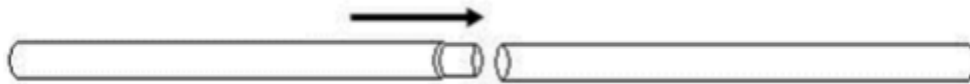


## Montare

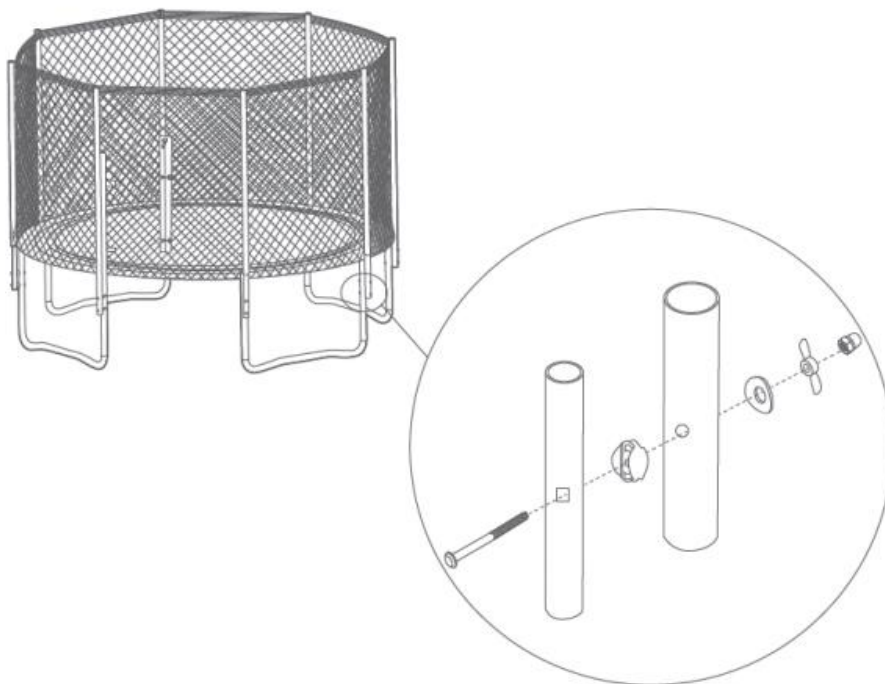
Pasul 1: Asezati plasa de siguranta (5) pentru a monta ansamblul de trambulina.



Pasul 2: Introduceti tuburile inferioare de sustinere (2) in tuburile superioare de sustinere (1).



Pasul 3: Asezati tuburile de sustinere in pozitie verticala si le atasati la fiecare suport utilizand materialele de montare.



**Nota:** Asigurati-va ca toate piesele sunt bine fixate astfel incat placa siguranta sa functioneze corect.

### **Demontarea trambulinei:**

- Pentru a dezambla trambulina, urmati instructiunile in ordine inversa.
- Nu incercati sa dezamblati partile cadrului inainte de a scoate arcurile si covorasul cu arc.
- Utilizati manusi de lucru pentru a evita ranirea.

### **Intretinere si ingrijire:**

Aceasta trambulina a fost fabricata din materiale de inalta calitate. Cu o ingrijire si o intretinere corespunzatoare, trambulina poate fi folosita de multi ani de practica, distractie si divertisment.

Ingrijirea si intretinerea necorespunzatoare vor reduce riscul de ranire. Urmati instructiunile de mai jos:

Trambulina este proiectata sa reziste la o anumita greutate si utilizare. Asigurati-va ca o singura persoana utilizeaza trambulina in orice moment. In plus, persoana trebuie sa cantareasca mai putin de 150 kg. Jumperii trebuie sa poarte sosete sau pantofi de gimnastica sau sa fie desculți in timpul utilizarii. Pantofii de circulatie sau pantofii de sport nu trebuie purtati in timpul utilizarii. Pentru a evita deteriorarea trambulinei, nu lasati animalele pe covorul de primavara. In plus, utilizatorii ar trebui sa elimine orice obiecte ascutite inainte de a utiliza trambulina. Toate obiectele ascutite trebuie tinute intotdeauna departe de trambulina.

Inspectati trambulina pentru orice piesa uzata, deteriorata sau lipsa inainte de fiecare utilizare. Diverse circumstante pot duce la cresterea riscului de ranire.

Acordati atentie urmatoarelor aspecte:

- Punturi, gauri sau fisuri in matrita de salt
- gratar cu arc de prindere
- cusaturi libere sau orice uzura a covorasului Portiuni de cadrucurbate sau sparte, cum ar fi de ex.
- Picioare, pene deteriorate sau lipsa, marginea de protectie deteriorata, lipsa sau insuficient protejata a partilor componente (in special parti ascutite) pe cadru, pe arcuri sau pe covor.

**IN CAZUL IN CARE ORICARE DINTRE CELE MENTIONATE MAI SUS SAV ALTCEVA DESPRE CARE CREDETI CA AR PUTEA DAUNA UTILIZATORULUI; TRAMBOLINA AR TREBUII DEMONTATA SAV NU TREBUIE FOLOSITA PANA LA REZOLVAREA DEFICIENTELOR.**

**Vant**

La vanturi puternice, trambulina poate fi suflata. Daca va asteptati la conditii de vant, trambulina trebuie pusa intr-un loc adapostit sau demonstabila. O alta posibilitate este sa atasati partea exterioara rotunda (cadru transversal) cu cabluri si carlige la sol. Pentru a asigura o siguranta suficienta, ar trebui folosite cel putin trei dispozitive de fixare. Nu va legati picioarele, deoarece acestea pot fi rupte de pe mansoanele din cadru.

**Transport**

Daca doriti sa mutati trambulina, ar sa fie implicati cel putin doi oameni. Toate punctele de conectare trebuie impachetate cu banda rezistenta la intemperii. Aceasta mentine cadrul impreuna in timpul transportului s impiedica slabirea sau deconectarea conectorilor. Cand ridicati, ridicati usor trambulina de la sol si mentineti-o orizontala la sol. Pentru orice alt tip de transport, trambulina trebuie demontata.